

# 摂食・嚥下障害 ：食べる・飲むの障害

本日のテーマ  
は嚥下障害  
です



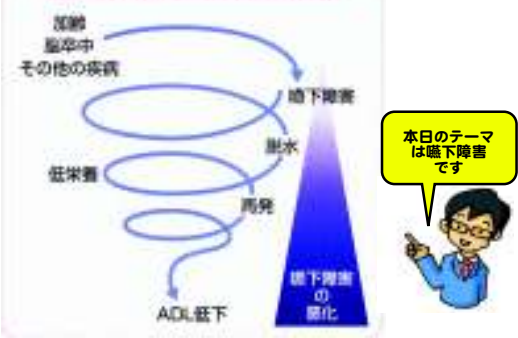
2010/08/20 リハビリ講座 (担当：佐山一郎)

## 最近、県内総合病院の高 齢者誤嚥性肺炎救急入院 が急増しています！

- 秋田組合総合病院・秋田日赤病院では、このような患者さんの救急入院は、内科に限らず、救急当番医の科で入院対応しています。
- 施設入所の高齢障害者が多いようです。



### 嚥下障害 悪化のスパイラル



本日のテーマ  
は嚥下障害  
です

加齢や脳卒中などで嚥下障害は  
進行し誤嚥性肺炎を起します

## 口・のど(嚥下器官)の構造と誤嚥

●口やのどの構造

●誤嚥の状態

誤嚥(にん入)とは、飲食物や唾液などが気管や肺に入ることを言います。肺に入った飲食物や唾液は、肺組織に障害をもたらす(細菌性肺炎)と、炎症を引き起こして呼吸器の障害になります。

飲み込むときの口とのどの働き

## 食事摂取

先行期(食物認識・口腔取込)→→口腔準備期(咀嚼)→→咽頭期(飲み込み)→食道期



食物認識から口腔取込・  
咀嚼・嚥下の流れ  
を示します

## 摂食・嚥下障害 のチェック

- 摂食・嚥下障害の結果生じる状態→**栄養失調・脱水・窒息事故・誤嚥性肺炎**
- 摂食・嚥下障害のサイン→**食事に時間を要する、食事のムセや食後の咳、嗜好の変化、など**

摂食・嚥下障害のチェックシートがあります

## 摂食・嚥下障害のチェックポイント-1

- 肺炎と診断されたことがある
- 最近、嗜好が変わった、痩せてきた
- 食べ物・飲み物が飲み込みにくい
- 口に食べ物が残る
- 食後にガラガラ声になる



## 摂食・嚥下障害のチェックポイント-2

- のどのゴロゴロ感・のどに食べ物が残る感じあり
- 食中やお茶を飲んでムセルことがある



リハビリテーション科

## “嚥下障害と低栄養の診断・治療・訓練指針と方針”



## こんな時のワンポイントアドバイス

サイン	ワンポイントアドバイス
むせる	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 液体でむせるときは、トロトロをつけるようにする</li> <li>● トロトロをつけることにより、口やのどや食道の動きがゆっくりになるようにする</li> <li>● 飲み込むときに唇を集中させ、しっかりと息を止めて飲み込むようにする</li> <li>● おへそを長るような姿勢(踵懸前置)で飲み込むようにする</li> </ul>
口の中心に入った唾液飲み込めない	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 口の中心で舌と接触するものを意識</li> <li>● 舌の手に持って食べてもらう</li> <li>● 舌先の種類を変える</li> <li>● リクライニング姿勢(おひざの間にベッドを傾け、膝部を軽く前屈した姿勢)で食べる</li> </ul>
意識に、ガラガラ声になる	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ガラガラ声は、食べ残りのどに残っている状態なので、のどに残りにくい食前にしたり、トロトロをつけるようにする</li> <li>● 舌から舌先を交互に食べたり、一口について舌を“コックン”をする</li> <li>● 舌下を咬んで“コックン”、舌下を咬んで“コックン”を行う(構音器使用)</li> </ul>
食量によってのどを通りにくいものがある	<ul style="list-style-type: none"> <li>● パサパサしたもの、モサモサしたもの、引っ掛りものが通りにくくなるのは、嚥下障害の兆候の状態で、飲み込みにくいものは、下部のようにのどを通りやすいよう、ひと工夫しましょう。</li> </ul>

## 嚥下障害サインと本人・家族が出来る対応-1

## のどを通りづらいと感じた際は段階的に調理・料理の工夫を

- 1 普段の食事に、ひと工夫する
  - べたべたに固まるもの → 油を削ぎ → まろやかにしてペースで食べさせる。
  - 汁がけやソースをかけたもの → 汁を削ぎ取る → 油を削ぎ取る → 汁を削ぎ取る → 油を削ぎ取る → 汁を削ぎ取る → 油を削ぎ取る
  - 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物
- 2 普段の食事に工夫をしても、むせて食べられないとき
  - 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物 → 煮物や揚げ物
- 3 普段の食事に工夫+食べ方を工夫しても、むせて食べられないとき
  - 汁物、飲み物だけでなく、ミネラルで固めた食品をゼラチン等で固める。
  - 煮物や揚げ物だけでなく、ミネラルで固めた食品をゼラチン等で固める。
- 4 食べやすい食事で、むせて食べられないとき
  - 汁物、飲み物だけでなく、ミネラルで固めた食品をゼラチン等で固める。
  - 煮物や揚げ物だけでなく、ミネラルで固めた食品をゼラチン等で固める。

## 嚥下障害サインと段階的調理と料理の工夫

## 準備体操(嚥下体操)

嚥下の準備体操、リハビリテーションです。



## 嚥下障害があるとき食事前の“嚥下体操、も有効です”





## 嚥下障害があるときの食事姿勢



## 嚥下障害があるときは食事に集中する環境が必要

### ■喉のアイスマッサージ



① 割り箸の端に製菓紙(直径1cm)を巻く。氷水にサッとつけて、軽く絞り、凍らせる。



② 凍った製菓紙に少量の水を付け、口腔を刺激した後、空嚥下(ごっくん)してもらう。

■ 咽頭・喉頭を刺激する刺激食品や熱い食品・冷たい食品も有効です。

## 嚥下障害サインと本人・家族が出来る対応-2



### エンゲリード mini

手むかひかく、飲み込みやすいゼリー



味覚を楽しめる副食ゼリーが市販されています!



## 様々な嚥下障害治療食も市販されています-1

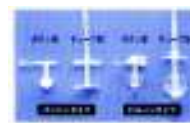
見た目も変わらないムース食(嚥下治療食)!



## 様々な嚥下障害治療食も市販されています-2



## 内視鏡的胃瘻造設(PEG)により嚥下困難による栄養障害対応が容易になりました



腹部に開けた胃瘻にはボタンチューブを使用して普段の入浴を含む生活に支障はありません

# 摂食・嚥下障害 (食べる・飲むの障害) まとめ



- 高齢者・脳卒中後遺症を持つ方の摂食・嚥下障害による誤嚥性肺炎が急増しています
- 早期に適切な診断・治療・訓練を受けることにより、誤嚥性肺炎や低栄養などの致命傷を避けることが可能となります

